



皆様暑中お見舞い申し上げます。
暑い時のスポーツは体力がいりますが
それを乗り越えた時少し成長した気がします。
フットサルやソフトバレーボールに卓球やランニングや
散歩など
色々なスポーツがありますがどんなスポーツも身体を動かし
汗をかくのは気持ちがいいものです。
つい熱くなってしまうスポーツですが
水分補給して無理をしないよう心掛けたいものです。
カフェ・バルコニー通信 8 月号をお届けします。



日照りにもまけず
撮影者：高橋秀明



「カフェ・バルコニーの家」の活動紹介



ウィンドサーフィン体験

DUCK さんの主催するマリンスポーツ体験教室に参加させて頂きました。
普段あまり家から出ないのでやはり今年も日焼けでヒリヒリしています。そろそろ皮がむけるなど
少し楽しみです。



3年目になると方向転換ができるようになり、ちょっとベテラン気分でした。毎年一緒にやってる方たちもいて一年ぶりにあうなあとなつかしさあり、自販機のカップメン食べたりなど自由を楽しめてよかったです。DUCKさんのボランティアさんにも支えられて毎年感謝しています、また来年も参加したいです。

T. I

○感動なんてものじゃない

一般の人がウィンドサーフィンを楽しむ機会なんて長い人生のなかで、そうあるものではないだろう。

そんなウィンドサーフィンの魅力を今回満喫できました。大自然なる海の上で帆を操りつつ前進する。日常の喧騒を忘れひたすら精神を集中させる。こんないきな体験教室を企画してくれたのは、検見川ビーチ連盟の岩下さんはじめボランティアの皆様。なにしろマンツーマンで的確な指導をしてくれるので慣れるのも早い。気持ちよく充実した時間を過ごさせていただいた。また今回は様々なハンディキャップを持った人たちとも交流できたのも嬉しい。常日頃はどうしてもひいてしまいがちな私たちではあるが、スポーツのなせる業なのか。また来年もお会いしましょうと約束をしました。来年はどんな自分になっているのだろうか。この病気はいろいろな人と出会いや自然との触れ合いのなかで良くなっていくものだと私は信じています。最後になりましたが、毎年カフェ・バルコニーに寄付をしてくださる岩下さんはじめサーファーの皆様。この場を借りて深く御礼申し上げます。

Y. K



誕生日会

○今年もすてきな誕生日会をありがとうございました。料理もとてもおいしく、おまけにプレゼントまでいただけてうれしかったです。僕がこちらの会でお世話になって早いもので2年半になります。本当にあっという間でした。1日1日を大切にすごしたいと思います。

K. T.



○誕生日会で、皆さんに、祝っていただき、たいへん感謝しています。

前回の、誕生日会で、プレゼントして頂いた花は、途中で、実家に、持って行ってしまったのですが、今回は、自分の住んでいる家で、水を、あげたりして、花を、育ててみて、成長すれば、いいなと思っています。

ご飯も、ケーキも、おいしかったです。

S. S.

○誕生日会

磯辺のカフェバルコニーで、雨の中なごやかな雰囲気です。6月の誕生日会がおこなわれた。

磯辺のメンバーはあまり知らない人も多かったが、みんなリラックスして楽しかった。

あまり、この年（41才）になって感想はないが、自分のできることはやる。これからも、そのあたりまえのことを積み重ねていきたい。

J. M.

○恒例の誕生日会がありました。

6月の誕生日会は大きなケーキを囲んでの誕生会でした。6月はなぜか誕生日の方が多く、6人くらいいました。

31歳になりましたが毎年仕事やボランティアみたいなことばかりしていてほとんどまともにケーキすらたべたことがなく誕生日を祝うのが新鮮でしたし、皆で歌を歌うということも新鮮でした。

メロン(カフェバルコニーのアイドル犬)は誕生日会ないのかなとか考えつつまた来年も参加したいと思います。

T. I

○誕生会を終えて

自分の誕生会に出席したのは初めてでした。あんなに沢山の仲間と共に喜びを分かち合えたのは本当に幸せでした。

料理もとても美味しかったです。私も家でこのような料理を作ってみたいです。プレゼントの木も最高ですね。

育てていくのが楽しみです。またカフェバルコニー行きたいと思いました。誕生日を祝って下さった皆様にとっても感謝しています。

F. K.



メンバーのコメント

こんにちわ

私は2013年の10月から週1回位でパソコンを習うために来所させて頂いております。家にいると1週間ゴロゴロしているわけで……。茶の間に来ると「脳内活性化？」が始まり、茶の間の方々との「人間関係」がスルスルと流れるようでありまして、私にとってはとても居やすいトコロなのです。

「だったら、もっと来れば！」ということになります。が、「うつ」故なのか「家を出る、どこかへ出かける」ということが実のところ大変一大事なのです。調子の悪い時などは「たとえ1cmでさえ体は動かしたくない！」という現実があるのです。そんなわけで、パソコンの先生にはご迷惑のかけっぱなしで恐縮の限りでございませう。

これからは「心」を入れ替えてパソコンの日は週1回だけでも続けて来られたらと願っております。

N. M



新地域支援事業フォーラムに参加して

7月6日、千葉県教育会館で行われた新地域支援事業フォーラムに参加してきました。当日はスタッフ2人とメンバー4人のあわせて6人で会場の販売、設営のお手伝いをしました。

数日後敦子さんから、運営の方が「メンバーの皆さんがよく働いてくれて助かった。」と評価してくれたと聞き嬉しく思いました。

T.N



トールペインティング

トールペインティングメンバー3名に感想を聞いてみたので、それを下記にまとめてました。

一番目は今回初めて参加された方の感想です。

○初めてトールペインティングに参加させて頂きました。以前からトールペインティングには興味がありました。しかしトールペインティングは下塗りなど同じ作業を何度も繰り返すので根気のない私でも出来るのか心配なので今まで参加を控えてました。でも実際に参加してみると意外なことに繰り返し塗るなどの作業が楽しめました。今回はピンク色に塗って終わりました。

○二番目はIT IS NO USE CRYING OVER SPILT MILKの作品の方の紹介です。

It is no use crying over spilt milk. とはおおざっぱに翻訳しますと済んだことはしょうがないという事です。直訳すると日本語のことわざの覆水盆に返らずです。受験英語で It is no use crying over spilt milk. を記憶された方もいらっしゃると思います。

It is no use crying over spilt milk. と書かないでIT IS NO USE CRYING OVER SPILT MILKとあえて大文字で書いたところがこの作品の面白いところです。

三番目はバラのハンガーのトールペインティングの作者の方のコメントです。

○私はハンガーにどの絵を描くのか悩んだのですが最後のほうにこのバラの絵を見つけた時に心ときめきましたのでこのバラを選びました。

私は園芸で真砂の地域の茶の間の庭で本物のバラを園芸の先生とみんなと一緒に育てています。私はバラに囲まれた生活をするのが夢ですがバラを綺麗に咲かせるのはなかなか難しいです。ハンガーのバラはいつまでも咲き続けるので嬉しいです。もちろん本物のバラも大切に世話をしていきたいです。

途中で休みをはさみ3回のトールペインティングでハンガーのバラは完成しました。長い期間でやっと出来上がったバラのハンガーは私のお気に入りです。でもハンガーに何の洋服をつるそうかは考え中です。ハンガーに洋服をつるすとバラがみえなくなるかもしれないのでしばらく何もつるさないで飾っておくのも良いかなと考えています。

素敵なハンガー作りをご指導して下さいました先生に感謝します。楽しくて夢中になりますので皆さんもトールペインティングに参加して下さい。



たいよう号バス旅行のご案内

平成26年9月11日(木)

9:30 集合 カフェ・バルコニーの家

10:00 中磯辺公園出発

11:00 国立歴史民俗博物館、佐倉城跡博物館内に食堂あり、近くにファミレスあり

企画展は手帳で付き添い一人無料

13:30 出発 14:00 川村美術館 散策は無料 美術館は手帳で付き添い一人800円

15:00 出発 16:00 中磯辺公園到着



新任スタッフ紹介

6月からお世話になっております、安藤憲子と申します。

地域の茶の間で、事務をしながら、メンバーの皆様と共に活動させていただいております。今まで一般企業で働いた経験しかないなので、勉強の毎日です。ご迷惑をおかけしておりますが、どうぞ宜しくお願い致します。

皆様のお役に立てるようになることが一番の目標です。是非、一緒に頑張りましょう！

プライベートでは、小学校3年生の息子の母です。育児と仕事の両立ができるよう、努力して参りたいと思います。



メンバーの寄稿文。

○かたち

文芸の時空間には、奇妙で愉快で深淵な事物が幾つか祭り上げられ、あるいは深い自戒の中にある。

ぼくたちに幾つかの橋架けられた風景を想い浮べて、内面的な困難な空間性を捉えてゆこうと考えているのであって、そういう八百八橋とも呼ばれている狡猾な地型や、あるいはアジア的な畏れとともに自分をとおして歴史へ帰って来るからであるが、かささぎの橋と呼ばれているアジアのロマンスあるいは時代と神の物語を渡してゆく、薄暗く仄かに目覚めてしる文学のどう仕様もない、かたちもある。そういうイメージのなかで、ぼくたちは尺取虫みたいに天空に触手をまさぐらせ、跳ねているが如く求めるが如く。ピョンピョンと先へと伸ばしている存在者を見つけ、そこにぼくたちの存在を物語るかのごとき、中空に向かってその届きえない、仕草、冒険、挑戦、抵抗、悪あがきとも言えるだろう人間の、生と死と時空間の怪しい掟を凝視しているのである。ここからは時間への架橋は有限者を自覚した課題でなければならぬ。

七月一日

T・N

○メンバーによる詩の寄稿。

八月の坂

坂を

かけ上がり

てっぺんから地上を見下している

夏の坂見上げたら

君は水のかげろうと

綿菓子雲に混じり

ゆらゆらとゆれて

見えなくなつた

私は慌てて

追いつくように

自転車に乗って

汗だくになつて

坂をかけ上がる

それは八月のこと

君が見えてきた

僕は思わず笑い

安堵から目がくらむ

汗が

涙のように

頬をつたう

m、k



カフェ・バルコニーの家からのお知らせ



1. カフェ・バルコニーの家では、毎月第1土曜日 10:30~13:30、家族会を開催しております。気軽にお問い合わせください。
2. カフェ・バルコニーの家ではNPO法人「カフェ・バルコニーの家」の理念に賛同頂き、ご支援下さる平成26年度賛助会員を募っています。入会金2,000円 年会費3,000円（1口）です。賛助会員には通信を毎月お送りし、「カフェ・バルコニーの家」の諸行事にご招待いたします。
3. 「カフェ・バルコニーの家」の活動を支援して下さる応援団を募集しています。年会費は1,000円からです。(郵便振替 00180-2-322417 NPO法人カフェ・バルコニーの家) をお願いいたします。振込用紙は各郵便局にあります。
4. 自立支援医療を受けている人は、社会的自立のために、当会の活動に体験参加できます。
5. 当会で2年間調理、接客訓練を受けた方は、**国家資格・調理師試験の受験資格**が得られます。(調理実習が免除されます)
6. ボランティアさんを募集しています。レストラン調理(補助)・和菓子作り・パソコン・経理・音楽・スポーツなど、いろいろな活動のボランティアさんを募集しています。メンバーと一緒に楽しもうという気持ちがあれば、誰でも出来ます。まずは、気軽に体験してみてください。(問合せは043-377-3502 藪下、043-441-3193 石川まで)
7. ご支援ありがとうございました。
伊藤(染井)幸子様(わかめ1.5kg)、黒島スミ子様(メロン)、水野光四郎様(10,000円)、佐藤達雄様(100,000円)、大塚美代子様(1,000円)、布施良子様(10,000円)



<カフェ・バルコニーの家 通信 第50号 07月号>

- 発行場所 : NPO法人カフェ・バルコニーの家
千葉県美浜区磯辺3-5-7
電話&FAX 043-377-3502
- 発行者 : 藪下 敦子
- 編集長 : 石川 恵一伊藤
- イラスト : 堀越 雅子
- HP : <http://www.cafe-balcony.jp>
- E-mail : cafe-balcony.mihama@cnc.jp

